

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MENGUDAP DENGAN
KEMAMPUAN KOGNITIF MAHASISWA PROGAM STUDI
KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNS**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



SATRIYA TEGUH IMAM

G0012206

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

Surakarta

2016

PENGESAHAN SKRIPSI

**Skripsi dengan Judul : Hubungan antara Kebiasaan Mengudap dengan
Kemampuan Kognitif Mahasiswa Progam Studi Kedokteran
Fakultas Kedokteran UNS**

Satriya Teguh Imam, NIM: G0012206, Tahun: 2016

Telah diuji dan sudah disahkan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta
Pada Hari Rabu, Tanggal 27 Januari 2016

Pembimbing Utama

Nama : **Dr. Budiyantri Wiboworini, dr., M.Kes, Sp.GK**
NIP : 19600418 199203 1 001 (.....)

Pembimbing Pendamping

Nama : **Dr. Diffah Hanim, Dra., M.Kes**
NIP : 19640220 199003 2 001 (.....)

Penguji Utama

Nama : **Kusmadewi Eka Damayanti, dr., M.Gizi**
NIP : 19830509 200801 2 005 (.....)

Penguji Pendamping

Nama : **Novianto Adi Nugroho, dr**
NIP : 19871122 2013 0201 (.....)

Surakarta,

Ketua Tim Skripsi

Ketua Program Studi

Kusmadewi Eka Damayanti, dr., M.Gizi
NIP 19640220 199003 2 001

Sinu Andhi Jusup, dr., M.Kes
NIP 19700607 200112 1 002

PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, 27 Januari 2016

Satriya Teguh Imam.

NIM G0012206

ABSTRAK

Satriya Teguh Imam, G0012206, 2016. Hubungan Antara Kebiasaan Mengudap dengan Kemampuan Kognitif Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran UNS. **Skripsi. Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.**

Latar Belakang: Kemampuan kognitif adalah keterampilan yang berbasis pada kerja otak yang diperlukan untuk melakukan berbagai tugas, mulai dari tugas yang paling sederhana sampai yang paling kompleks seperti belajar, mengingat, memecahkan masalah, dan memperhatikan seseorang. Kemampuan kognitif manusia dipengaruhi faktor usia, genetik, jenis kelamin, pendidikan, riwayat penyakit, faktor gizi, lingkungan sosial, dan aktivitas. Pemenuhan kebutuhan gizi dapat melalui makan berat dan juga mengudap. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan mengudap dengan kemampuan kognitif seseorang.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan metode *cross-sectional*. Subjek penelitian adalah mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran UNS semester 3 sebanyak 70 orang. Pengambilan data dilakukan dengan kuesioner kebiasaan mengudap untuk mengetahui jenis dan frekuensi mengudap, *Nonsense Syllable Test* untuk menilai kemampuan kognitif. Uji hipotesis menggunakan uji korelasi Spearman dan hubungan dikatakan signifikan bila $p < 0,05$.

Hasil: Hasil uji korelasi Spearman didapatkan hubungan bermakna untuk hubungan jenis kudapan dengan kemampuan kognitif ($p = 0,024$) dan hubungan yang tidak bermakna untuk hubungan antara frekuensi mengudap dengan kemampuan kognitif ($p = 0,179$).

Simpulan: Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan mengudap dengan kemampuan kognitif.

Kata Kunci: kemampuan kognitif, frekuensi mengudap, jenis kudapan, mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

Satriya Teguh Imam, G0012206, 2016. The Correlation between Snacking Habits with Cognitive Performance of Medical Student Medical Faculty of UNS. **Mini Thesis. Faculty of Medicine, University of Sebelas Maret Surakarta.**

Background: cognitive performance is a skill based on brain performance that needed to perform a variety task start from the simplest task to the most complex task for example learning, memory, problem solving, and attention. Cognitive performances are affected by age, genetics gender, education, nutritional, disease, social environment, and activities. Nutritional adequacy can be fulfilled by meal and snacking. This study aimed to determine the correlation between snacking habits and cognitive performance.

Methods: This was an observational analytic study using cross sectional approach. There were 70 medical students in class of 2014 as subjects selected by using non probability sampling. The datas were collected using snacking habits questionnaire to know snack type and snacking frequency, Nonsense Syllable Test to measure short-term memory. Collected data were analyzed with Kolmogorov-Smirnov Normality Test and Spearman Test.

Results: Spearman correlation test found that there were a significant correlation between snack type with cognitive performance ($p = 0,024$) and insignificant correlation between snacking frequency with cognitive performance ($p = 0,179$).

Conclusions: There was no significant correlation of snacking habits and cognitive performance.

Keywords : cognitive performance, snacking frequency, type of snack, medicine student

PRAKATA

Alhamdulillah, segala puji syukur penulis tujukan ke hadirat Allah SWT. Penelitian tugas akhir skripsi ini merupakan salah satu persyaratan dalam menyelesaikan studi Program Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hartono, dr., M.Si selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Sinu Andhi Jusup, dr., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta
3. Dr. Budiyantri Wiboworini, dr., M.Kes, Sp.GK selaku pembimbing utama yang telah menyediakan waktu untuk membimbing hingga terselesainya skripsi ini.
4. Dr. Diffah Hanim, Dra., M.Si selaku Pembimbing Pendamping yang bersedia meluangkan waktu untuk membimbing penulisan skripsi ini.
5. Kusmadewi Eka D, dr. selaku penguji utama yang telah memberikan banyak kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Novianto Adi Nugroho, dr selaku penguji pendamping yang telah memberikan banyak kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
7. Dian Nugroho, dr. selaku Penguji dari Tim Skripsi yang telah memberikan saran dan bantuan dalam pelaksanaan ujian.
8. Kusmadewi Eka Damayanti, dr., M.Gizi selaku Ketua Tim Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta beserta Bapak Sunardi dan Ibu Enny, SH, MH.
9. Yang tercinta kedua orang tua saya, Bapak Sutardi, S.Sos dan Ibu Sumirih, kakak saya Retno Sulistyawati serta seluruh keluarga besar yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan dalam segala hal sehingga terselesaikannya penelitian ini.
10. Anis Azizah Rahma, Assisten Field Lab 2012, Yasfie yang telah memberikan dukungan semangat dan doa sehingga terselesaikannya penelitian ini.
11. Semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu proses penelitian tugas karya akhir ini yang tidak mungkin disebutkan satu-persatu.

Meskipun tulisan ini masih belum sempurna, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Saran, koreksi, dan tanggapan dari semua pihak sangat diharapkan.

Surakarta, 27 Januari 2016

Satriya Teguh Imam

DAFTAR ISI

PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II. LANDASAN TEORI	6
A. Tinjauan Pustaka.....	6
1. Mengudap	6
a. Definisi Mengudap	6
b. Waktu Mengudap	7
c. Kandungan dalam Kudapan	7
2. Kemampuan Kognitif	9
a. Definisi	9
b. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Kognitif	10
c. Cara Mengukur Kemampuan Kognitif	14
3. Hubungan antara Kebiasaan Mengudap dengan Kemampuan Kognitif	15
B. Kerangka Pemikiran.....	17
C. Hipotesis	18
BAB III. METODE PENELITIAN	19
A. Jenis Penelitian	19
B. Lokasi Penelitian	19

C. Subjek Penelitian	19
D. Teknik Sampling	20
E. Rancangan Penelitian	21
F. Identifikasi Variabel Penelitian.....	22
G. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	22
H. Instrumen Penelitian	24
I. Cara Kerja	24
J. Teknik Analisa Data.....	25
BAB IV. HASIL PENELITIAN	33
A. Data Hasil Penelitian.....	26
B. Analisis Data	28
BAB V. PEMBAHASAN	30
BABVI. SIMPULAN DAN SARAN	34
A. Simpulan	34
B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	38

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Uji Normalitas Data.....	25
Tabel 4.1	Karakteristik Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	26
Tabel 4.2	Distribusi Jenis Kudapan Berdasarkan Kandungan Makronutrien	27
Tabel 4.3	Distribusi Skor Pengukuran Memori Jangka Pendek dan Frekuensi Mengudap	27
Tabel 4.4	Uji Korelasi Spearman Jenis Kudapan-Kemampuan kognitif dan Frekuensi Mengudap-Kemampuan Kognitif.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	17
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	<i>Ethical Clearance</i>	38
Lampiran 2.	Surat Ijin Penelitian	39
Lampiran 3.	Formulir Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	40
Lampiran 4.	Kuesioner L-MMPI	41
Lampiran 5.	Kuesioner Penelitian.....	42
Lampiran 6.	Lembar Jawab Nonsense Syllable Test	44
Lampiran 7.	Hasil Kuesioner dan Skor <i>Nonsense Syllable Test</i> Responden	45
Lampiran 8.	Hasil Analisa Data	49
Lampiran 9.	Dokumentasi Penelitian.....	52